



دانشگاه هرمزگان
وزارت آموزش و پرورش
انرژی‌های نو و انرژی‌های تجدیدپذیر
معاونت آموزش و پرورش هرمزگان



Third National Conference on Professional Research in Psychology and Counseling



سومین همایش ملی پژوهش‌های حرفه‌ای در روانشناسی و مشاوره "با رویکرد از نگاه معلم"

بررسی میزان کنترل خشم در دانش آموزان پسر پایه ششم دبستان پسرانه شاهد ناحیه یک بندرعباس در سال تحصیلی ۱۳۹۸/۹۹

طاهره ذاکری افشار ، فاطمه ذاکری افشار ، زینب ذاکری افشار

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، معاون آموزشی دبستان

Tahereh.zakeriafshar@gmail.com

کارشناس آموزش ابتدایی، معاون آموزشی دبستان

F.Ashar457@gmail.com

کارشناس دینی و عربی دبیر

Zainab.zakeriafshar@gamil.com

چکیده :

خانواده و مدرسه به ترتیب کوچک ترین و بنیادترین واحدا اجتماعی و عامل انتقال فرهنگ ها و ارزشها هستند. این دو نهاد کانونی هستند که در شکل دهی شخصیت اعضای خود نقش مهمی دارند. خشم نیز از جمله مواردی است که منشأ آن خانواده و چگونگی رفتار با اعضا است کودکان پر خاشگر از این رفتار برای رسیدن به مقصود خود استفاده می کنند و والدین درصدد کنترل یا کاهش آن هستند. ما در این تحقیق علل بروز خشم را توضیح داده و یک آزمونی را در بین عده ای از دانش آموزان انجام دادیم در پایان این آزمون متوجه شدیم که ۱۳ درصد این افراد خشن هستند اما تصویری که نیستند ۴۲ درصد افراد منطقی و از خشم خود آگاه هستند و ۳۸ درصد افراد جلوی احساسات خود را نمی گیرند و در نهایت پیشنهادات و نظراتی که برای برطرف کردن این مشکل ارائه داده ایم همکاری والدین، مربیان، دولت و خود دانش آموزان را می طلبد البته در قسمتی از این تحقیق نیز بیان کردیم که میزان خشم در دختران و پسران دانش آموز متفاوت بوده است.

مقدمه :

خشم یک نوع احساس است که همواره بین دو حالت متغیر است. خشم می تواند عصبانیت ناراحتی جزئی و یا در نوع حاد آن ، واکنش جنون آمیز باشد. طبق نظر دکتر چارلز اسپلیر گر خشم احساس است نظیر احساسات دیگر و وقتی فرد عصبانی می شود در واقع آثار فیزیولوژیک خشم در بدن ظاهر می شود. خشم نوعی هیجان است که اغلب بر اثر واکنش شخص نسبت به رفتار ناشایست در دیگران بروز می کند خشم پدیده ای کاملاً طبیعی است اما هنگامی که از کنترل جز خارج شود می تواند به یک حس مخرب و ویرانگر تبدیل شود. و پیامدهای ناگوار در محیط کار، روابط شخصی در تمامی عرصه های زندگی بوجود آورد. خشم عکس العمل طبیعی در برابر تهدید ، خطرو..... است که به ما این اجازه را می دهد که در شرایط بحرانی از خود دفاع کنیم ولی نباید فراموش کرد که برخورد فیزیکی با افراد و مواردی که ما را خشمگین می کنند از لحاظ قانونی و معیارهای اجتماعی ناهنجار تلقی می گردد و پیامدهایی منفی خواهد داشت. بیرون ریختن خشم بر سر دیگران و محیط اطراف به حالت تهاجمی هم گرچه شاید لحظه ای آرامش بیاورد ولی نتایج نامعلومی به دنبال خواهد داشت. گاهی اوقات خشم اکتسابی است و از والدینی که همواره با عصبانیت حرف خود را به کسی نشاندند آموخته شده و حالت عادت شده است که با انقباض چهره باداد و فریاد ابراز می شود. که همگی آموخته شده اند از ویکی پدیا دانشنامه آزاد:

خشم وضعیتی روانی است که در گستره آزرده‌گی اندک تا غصب شدید می گنجد. هنگامی که شخص خود آگاهانه تصمیم به اقدام می گیرد تا بلافاصله رفتار تهدید کننده نیروی بیرونی دیگری را متوقف کند، خشم احساس غالب (رفتار-ذهنی - کالبدشناختی) در وی می شود.